

Los siguientes consejos vienen de un estudio de 50 matrimonios “exitosos” según fue reportado en The Good Marriage por Wallerstein y Blakeslee:

1. Construyan un sentido de unidad, un sentido de “nosotros” en vez de enfocarse en dos personas individuales. Al tomar decisiones, piensen en qué es mejor para la relación. Lo idóneo sería que el sentido de “nosotros” se cree antes de que la pareja tenga un hijo.
2. Asegúrense de que pueden tener desacuerdos y conflictos. El conflicto es natural y normal siempre que se resuelva de maneras sanas y no violentas. Aprendan a practicar la discusión justa.
3. Dense el uno al otro apoyo emocional, consuelo, ánimo, cuidado y la ayuda adecuada. Siempre presten atención a los sentimientos del otro y a las reacciones emocionales a las cosas. Véanse el uno al otro como su alma gemela.